

Soluciones de Splenda® Diabetes Care Shakes



Lo que intentaré esta semana:



**Evitar
saltarme
comidas**

- ☐ En lugar de saltarme una comida, tomaré 1-2 bebidas de Splenda® Diabetes Care Shakes
- ☐ Si no tengo tiempo/ganas de preparar la comida, no me la saltaré, disfrutaré de 1-2 bebidas de Splenda® Diabetes Care Shakes
- ☐ Otro: _____



**Evitar comer
en exceso o
más de lo que
debo**

- ☐ Si aún tengo hambre después de comer, disfrutaré 1 Bebida de Splenda® Diabetes Care Shakes
- ☐ En lugar de comer comida rápida, me tomaré una deliciosa bebida de Splenda® Diabetes Care Shakes
- ☐ Otro: _____



**Tomar mejores
desiciones
de snacks o
comida para
llevar**

- ☐ Cuando necesite un poco más de energía, disfrutaré de una bebida Splenda® Diabetes Care Shakes
- ☐ Me tomaré de colación una deliciosa bebida de Splenda® Diabetes Care Shakes
- ☐ Otro: _____



**Disfrutar
de algo
dulce sin
azúcar**

- ☐ Disfrutaré de una deliciosa bebida de Splenda® Diabetes Care Shakes en lugar de un postre alto en azúcar
- ☐ Disfrutaré de una deliciosa bebida de Splenda® Diabetes Care Shakes cuando tenga antojo de un refrigerio dulce
- ☐ Otro: _____



Splenda Diabetes Care Shakes:



Delicioso Sabor



16g de proteína



170 Calorías



Sin azúcar añadido §

Una mejor opción de comida o refrigerio para ayudar a controlar el azúcar

Splenda.com/where-to-buy



Donde comprar Splenda® Diabetes Care Shakes:

- Walmart.com
- Amazon.com
- Walgreens
- RiteAid
- ShopRite
- Hannaford
- Giant
- Tops
- Food City
- Bravo
- Giant Eagle
- Meijer
- Publix
- Harris Teeter
- Winn-Dixie
- Lowe's Foods
- Fresco y Mas
- Sedano's
- Harvey's
- HEB
- Brookshire
- Hy-Vee
- County Market
- Woodman's



¡Prueba los 3 deliciosos sabores!



Sin azúcar añadido[§]



16g de proteína y 6g de fibra prebiótica para ayudarte a sentirte satisfecho



170 calorías para mantenerte con energía durante todo el día

[§] No es un alimento bajo en calorías